

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	7
<b>Einleitung</b> .....	11
 <b>KAPITEL 1</b>	
<b>Wissenschaft und Paradoxie des Klarträumens</b> ...	25
 <b>KAPITEL 2</b>	
<b>Vorbereitung des Klarträumens</b> .....	59
 <b>KAPITEL 3</b>	
<b>Grundtechniken der Klartrauminduktion</b> .....	79
 <b>KAPITEL 4</b>	
<b>Klarträume stabilisieren</b> .....	113
 <b>KAPITEL 5</b>	
<b>Die Macht der Projektion</b> .....	131
 <b>KAPITEL 6</b>	
<b>Traumobjekte und -szenarien</b> .....	167

## KAPITEL 7

Die Interaktion mit komplexen Traumgestalten ... 191

## KAPITEL 8

Intention und die Macht der Preisgabe ..... 211

## KAPITEL 9

Wirkungsvoll im Traum reagieren ..... 229

## KAPITEL 10

Die Erforschung des inneren Raums ..... 249

## KAPITEL 11

Psychologische Heilung im Klartraum ..... 269

## KAPITEL 12

Körperliche Gesundheit gezielt herstellen ..... 289

## KAPITEL 13

Meditation im Klartraum ..... 305

## KAPITEL 14

Luzide leben ..... 321

Anmerkungen ..... 339

Dank ..... 349